

4R35 4R36 4R37 4R38 4R39

BSB4R3C-A1106

セイコーウォッチ株式会社

SEIKO

取扱説明書

I N S T R U C T I O N S

Mechanical Watch

M-8

この度は弊社製品をお買い上げいただき、
誠にありがとうございました。
ご使用前にこの説明書をよくお読みの上、
正しくご愛用くださいますよう、お願い申し上げます。

なお、この説明書はお手元に保管し、必要に応じてご覧ください。

- ※ 金属バンドの調整は、お買い上げ店にご依頼ください。
ご贈答、ご転居などにより、お買い上げ店での調整が受けられない場合は、
弊社お客様相談窓口へご依頼ください。お買い上げ店以外では有料もしくは
お取扱いいただけない場合があります。
- ※ 商品に傷防止用の保護シールがはられている場合があります。
必ずはがしてお使いください。はられたままにしておくと、汚れ、汗、ゴミ、
水分などが付着してさび発生の原因となります。

目次

1. この製品について

製品取扱上のご注意	4
メカニカルウォッチの特徴	8
各部の名称	9
りゅうずについて	14
ぜんまいの巻きかた	15

2. 時刻・日付の合わせかた

時刻・日付の合わせかた (4R35)	16
時刻・日付・曜日の合わせかた (4R36)	18

時刻・24 時針・ 日付の合わせかた (4R37)	20
時刻の合わせかた (4R38)	22
時刻・24 時針の合わせかた (4R39)	23
月末の日付修正について	17・19・21
簡易ワールドタイム機能の使い方	24
簡易方位計の使いかた	26
緊急避難信号コードについて	27

3. ご注意いただきたいこと

お手入れについて	28
----------	----

性能と型式について	29
防水性能について	30
耐磁性能について (磁気の影響)	32
バンドについて	34
皮革バンド用三つ折れ式 中留 (なかどめ) の使いかた	36
ルミブライトについて	41
アフターサービスについて	42

4. 困ったときは

こんなときには	44
---------	----

5. 製品仕様

メカニカルウォッチの精度について	45
製品仕様	47

製品取扱上のご注意

警告

取り扱いを誤った場合に、重症を負うなどの重大な結果になる危険性が想定されることを示します。

・ 次のような場合、ご使用を中止してください

- 時計本体やバンドが腐食などにより鋭利になった場合
- バンドのピンが飛び出してきた場合
- ※ すぐに、お買い上げ店・弊社お客様相談窓口にご連絡ください。

・ 乳幼児の手の届くところに、時計本体や部品を置かないでください

部品を乳幼児が飲み込んでしまうおそれがあります。
万が一飲み込んだ場合は、身体に害があるため、ただちに医師にご相談ください。

注意

取り扱いを誤った場合に、軽症を負う危険性や物質的損害をこうむることが想定されることを示します。

・ 以下の場所での携帯・保管は避けてください

- 揮発性の薬品が発散しているところ (除光液などの化粧品、防虫剤、シンナーなど)
- 5℃～35℃を外れる温度に長期間なるところ
- 磁気や静電気の影響があるところ
- 強い振動のあるところ
- 高湿度なところ
- ホコリの多いところ

・ アレルギーやかぶれを起こした場合

ただちに時計の使用をやめ、皮膚科など専門医にご相談ください。

・ その他のご注意

- 金属バンドの調整は専門知識・技能が必要ですので、お買い上げ店にご依頼ください。
手や指などにけがをする可能性があるほか、部品を紛失する可能性があります。
- 商品の分解・改造はしないでください。
- 乳幼児に時計が触れないようにご注意ください。
けがやアレルギーをひき起こすおそれがあります。
- 提げ時計やペンダント時計の場合、ひもやチェーンの取り扱いにご注意ください。
衣類や手・首などを傷つけたり、首を締めたりするおそれがあります。

警告



この時計はスキューバダイビングや飽和潜水には絶対に使用しないでください

スキューバダイビングや飽和潜水中の時計に必要なとされる過酷な環境を想定した様々な厳しい検査を行っていません。専用のダイバーズウォッチをご使用ください。

注意



直接蛇口から水をかけることは避けてください

水道水は非常に水圧が高く、日常生活用強化防水の時計でも防水不良になるおそれがあります。

注意



水分のついたまま、りゅうずやボタンを操作しないでください

時計内部に水分が入ることがあります。

※ 万が一、ガラス内面にくもりや水滴が発生し、長時間消えない場合は防水不良です。お早めに、お買い上げ店・弊社お客様相談窓口にご相談ください。



水や汗、汚れが付着したままにしておくのは避けてください

防水時計でもガラスの接着面・パッキンの劣化やステンレスがさびることにより、防水不良になるおそれがあります。



入浴やサウナの際はご使用を避けてください

蒸気や石けん、温泉の成分などが防水性能の劣化を早めることがあります。

メカニカルウォッチの特徴（手巻、自動巻）

- ・この時計は「ぜんまい」を動力に使用した、メカニカルウォッチです。
- ・止まった状態からご使用になるときは、りゅうずを20回位手で巻いてぜんまいを巻き上げてから始動させてください。
- ・精度はクォーツウォッチが月差・年差であるのに対し、メカニカルウォッチは日差（一日あたりの進み・遅れ）となります。
- ・さらに、ご使用になる条件（携帯時間、温度、腕の動き、巻き上げ量等）によって微妙に影響を受けますので、誤差は一定ではありません。

各部の名称（4R35）

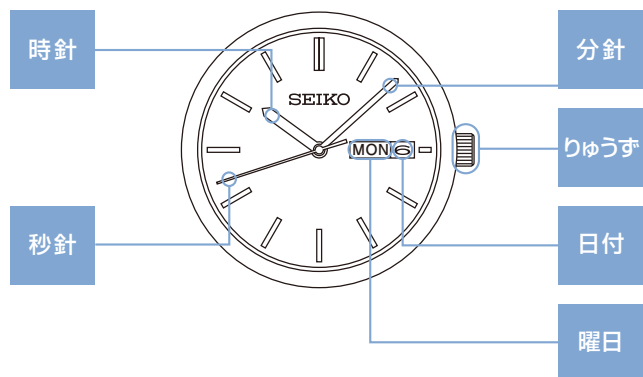


※モデルによって目盛りなどのデザインは異なります。

1

この説明に合う

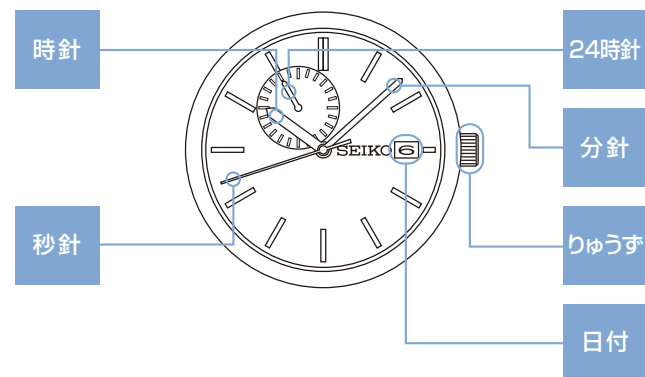
各部の名称 (4R36)



※モデルによって目盛りなどのデザインは異なります。

10

各部の名称 (4R37)



※モデルによって目盛りなどのデザインは異なります。

1

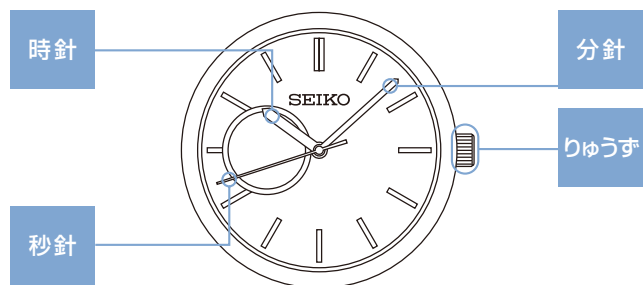
この説明に合う

11

1

この説明に合う

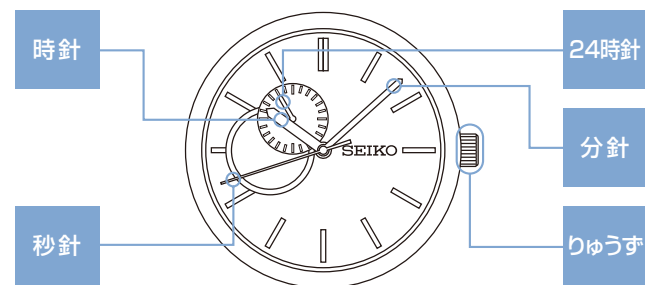
各部の名称 (4R38)



※モデルによって目盛りなどのデザインは異なります。

12

各部の名称 (4R39)



※モデルによって目盛りなどのデザインは異なります。

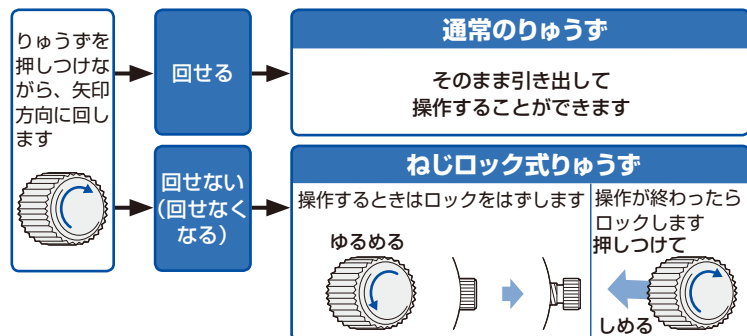
1

この説明に合う

13

りゅうずについて

りゅうずには、通常のものでロックできる構造のもの、2つのタイプがあります。お使いの時計のりゅうずをご確認ください。



※ ねじロック式りゅうずは、ロックすることで、誤動作の防止と防水性の向上をはかることができます。
※ ねじロック式りゅうずは、ねじを無理にしめるとねじ部をこわすおそれがありますので、ご注意ください。

ぜんまいの巻きかた

- この時計は、自動巻式機械時計（手巻つき）です。
- ぜんまいは時計を腕につけた状態では通常の腕の動きで自然に巻くことができます。またりゅうずを回してもぜんまいを巻くこともできます。
- 止まっている時計をお使いになるときは、時計を振っても動き出しますが、りゅうずをまわしぜんまいが十分に巻かれた状態にしまして、日付けと時刻とを合わせてから腕にお付けください。ぜんまいを巻く際には、りゅうず0段位置で右回転方向（12時方向）にゆっくりと回してください。なお、りゅうずは左方向（6時方向）では空回りするようになっています。また、ぜんまいはフル巻き上げ状態でぜんまいがスリップするようになっており、ぜんまいを切る心配はありません。
- ぜんまいが十分に巻き上げられた状態での可動時間は約41時間です。

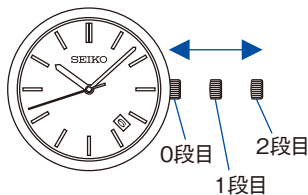
※ ぜんまいの巻き上げ量が不足しますと進み遅れの原因になりますので、1日10時間以上携帯することをお勧めします。また、時計を腕につけないでご使用される場合は、毎日一定の時刻にりゅうずをまわしぜんまいを十分に巻いてご使用ください。
※ ぜんまいが解けて止まった状態からお使いの場合、りゅうずでぜんまいを巻き上げても直ぐには動きません。機械式時計の特徴でぜんまい巻き始めのぜんまいトルク（力）が弱いからです。ぜんまいが巻かれてある程度の強いトルクに達すると秒針が動き始めますが、早めに動かすためには、時計を振りてんぶを強制的に回転させることで動かすことができます。

時刻・日付の合わせかた（4R35）

この時計には、日付表示機能がついています。24時間に1回日付を一日分送るようになっています。日付は、「午前0時」ごろ送り終わるようになっています。よって、午前午後をまちがえて時刻合わせをしてしまいますと、お屋の「12時」ごろに日付が変わってしまいます。

■時刻・日付の合わせかた

- りゅうずを1段目まで引き出してください。
- りゅうずを回転することで日付の修正ができます。前の日の日付に合わせます。
(例) 合わせる日付が「6日」の場合、「5日」に合わせます。
左回転（6時方向）に回すことで日付合わせが行えます。



- 秒針が「12時」の位置にきたときにりゅうずを2段目まで引き出して下さい。（秒針が止まります。）りゅうずを回転させ、針が進む方向にまわし、日付が今日の日付になるまでまわしてください。日付が変わると「午前」です。さらに進めて現在の時刻に合わせます。
- 時報と同時にりゅうずを0段目まで押し込むと動き出します。
※時刻合わせは、電話の時報サービス TEL.117 が便利です。

■月末の日付修正について

2月（1カ月が28日、うるう年は29日）と小の月（1カ月が30日）では日付の修正が必要になります。

(例) 小の月の翌日1日の朝、日付を修正する場合
「1日」ではなく「31日」が表示されています。りゅうずを一段目に引き出してください。
りゅうずを左回転させ、日付を「1日」に合わせ、りゅうずを押し込んでください。

△注意

○時刻表示が午後9時から午前1時までの間、日付修正はしないでください。この時刻に日付を修正しますと、翌日になっても日付が切りかわらないことや、故障の原因となる場合があります。

時刻・日付・曜日の合わせかた (4R36)

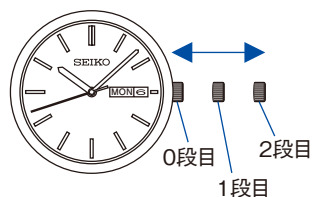
この時計は、日付、曜日表示機能がついています。日付は「午前0時」ごろ送り終わるようになっていきます。また曜日は「午前4時」ごろ送り終わります。よって午前午後をまちがえて時刻合わせをしますと、日付はお昼の「12時」ごろ、曜日は「午後4時」ごろに変わってしまいます。

■時刻・日付・曜日の合わせかた

1 りゅうずを1段目に引き出してください。

2 りゅうずを回転させることで日付、曜日の修正ができます。合わせたい日付・曜日の前日に合わせます。りゅうず右回転で曜日が変わり、左回転で日付が変わります。また曜日が二カ国語表示（バイリンガル）モデルの場合には、ご使用したい曜文字を選んで合わせてください。

（例）合わせる日付が「6日」の場合、「5日」に合わせます。



18

時刻・24 時針・日付の合わせかた (4R37)

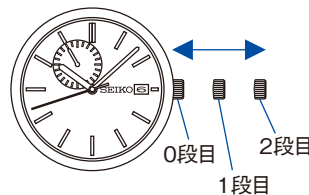
この時計は、日付表示機能がついています。また24時針がついていますので、午前、午後は24時針で確認できます。日付は「午前0時」ごろ送り終わるようになっていきます。午前午後をまちがえて時刻合わせをしますと、お昼の「12時」ごろ日付が変わってしまいますので、24時針で午前午後を必ず確認してください。

■時刻・24 時針・日付の合わせかた

1 りゅうずを1段目まで引き出します。

2 りゅうずを左回転させ日付の修正ができます。合わせたい日付に合わせます。

※万一、24時針位置が午後9時から午前1時の間の場合には日付修正を行なわず、時刻合わせ（No.3以降の操作）を先に行なってから日付修正を行なうようにしてください。



20

3 秒針が「12時」の位置にきたときにりゅうずを2段目まで引き出して下さい。（秒針が止まります。）りゅうずを回転させ、針を進み方向にまわし、日付が合わせたい日付になるまでまわしてください。日付が変わると「午前」です。さらに進めて現在の曜日、時刻に合わせます。

4 時報と同時にりゅうずを0段目に押し込むと動き出します。

※時刻合わせは、電話の時報サービス TEL.117 が便利です。

■月末の日付修正について

2月（1カ月が28日、うるう年は29日）と小の月（1カ月が30日）では日付の修正が必要になります。

（例）小の月の翌日1日の朝、日付を修正する場合

「1日」ではなく「31日」が表示されています。りゅうずを一段目に引き出してください。りゅうずを左回転させ、日付を「1日」に合わせ、りゅうずを押し込んでください。

△注意

○時刻表示が午後9時から午前4時までの間、日付、曜日の修正はしないでください。この時刻に日付、曜日を修正しますと、翌日になっても日付、曜日が切り変わらないことや、故障の原因となる場合があります。

19

3 秒針が「12時」の位置にきたときにりゅうずを2段目まで引き出して下さい。（秒針が止まります。）

りゅうずを回転させ、現在時刻に合わせます。時針と24時針が運動していますので、午前午後を24時針で確認して、現在時刻に合わせます。

4 時報と同時にりゅうずを0段目まで押し込むと動き出します。

■月末の日付修正について

2月（1カ月が28日、うるう年は29日）と小の月（1カ月が30日）では日付の修正が必要になります。

（例）小の月の翌日1日の朝、日付を修正する場合

「1日」ではなく「31日」が表示されています。りゅうずを一段目に引き出してください。りゅうずを左回転させ、日付を「1日」に合わせ、りゅうずを押し込んでください。

△注意

○時刻表示が午後9時から午前1時までの間、日付修正はしないでください。この時刻に日付を修正しますと、翌日になっても日付が切り変わらないことや、故障の原因となる場合があります。

21

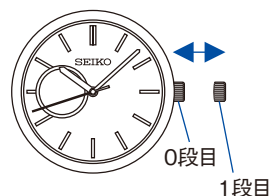
時刻の合わせかた (4R38)

2

時刻・日付の合わせかた

■時刻の合わせかた

- 1 秒針が「12時」の位置にきたときにリゅうずを1段目まで引き出してください。(秒針が止まります。)
リゅうずを回転させ、現在の時刻に合わせます。
- 2 時報と同時にリゅうずを0段目まで押し込むと動き出します。
※時刻合わせは、電話の時報サービス TEL.117 が便利です。



22

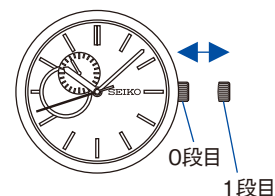
時刻・24 時針の合わせかた (4R39)

2

時刻・日付の合わせかた

■時刻・24 時針の合わせかた

- 1 秒針が「12時」の位置にきたときにリゅうずを1段目まで引き出してください。(秒針が止まります。)
リゅうずを回転させ、現在の時刻に合わせます。時針と24時針が連動していますので24時針で午前午後を確認して時刻を合わせてください。
- 2 時報と同時にリゅうずを0段目まで押し込むと動き出します。
※時刻合わせは、電話の時報サービス TEL.117 が便利です。



23

簡易ワールドタイム機能の使い方 (簡易ワールドタイム機能つきの場合)

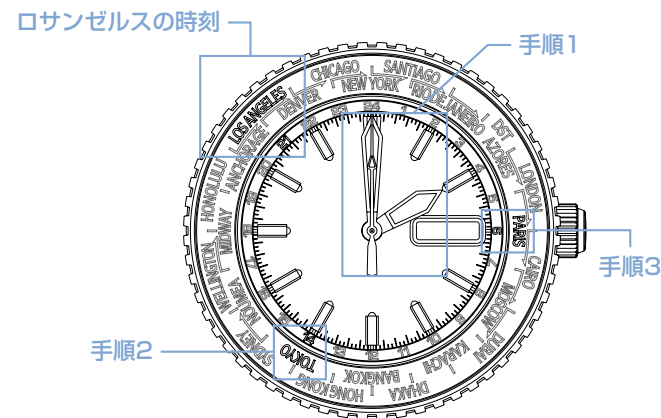
2

時刻・日付の合わせかた

- ・回転ベゼルなどに表示されている世界の主要都市名と、ダイヤルなどに記載のある24時表記を用いて各都市のおおよその時刻が読み取れます。
- ・あくまでも簡易ワールドタイム機能であり、正確な時刻を知るためのものではありません。

例：東京にいるときにパリの時刻を知りたい場合 (右図参照)
手順1. 東京の現在時刻を確認する。(ここでは14時(午後2時)とする)
手順2. 回転ベゼルなどを回し「TOKYO」を14の表示に合わせる。
手順3. 回転ベゼルなどにある「PARIS」が何に合っているかを確認する。
(ここでは、6に合っているので、パリの時刻は午前6時と分かる。)

同様の方法で他の都市の時刻を読み取ることも可能です。
例えば、ロサンゼルス時刻は21時(午後9時)と読み取れます。



2

時刻・日付の合わせかた

24

25

簡易方位計の使いかた（簡易方位計つきモデルの場合）

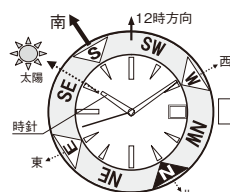
- ・北半球でのみ使用可能ですが、緯度の低い地域（北回帰線より南）では季節により利用できない場合があります。太陽の位置が確認できることが必要です。
- ・あくまでも簡易方位計であり、正確な方位を知るためのものではありません。
- ・時計を水平に保ち、時針を太陽の方角に向けます。時針と12時方向の目盛りのちょうど中間が南となります。

2

時刻・日付の合わせかた

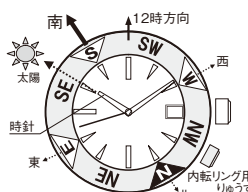
【回転ベゼル式簡易方位計の場合】

回転ベゼルの「S」を、南の方角にあわせて下さい。回転ベゼルの目盛りによって、それ以外の方角をよりわかりやすく知ることができます。



【内転リング式簡易方位計の場合】

4 時位置にあるりゅうずを回して、内転リングの「S」を南の方角にあわせて下さい。内転リングの目盛りによって、それ以外の方角をよりわかりやすく知ることができます。

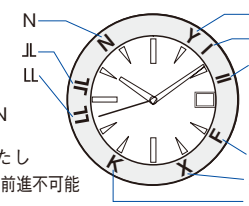


26

緊急避難信号コードについて（緊急避難信号コードつきモデルの場合）

文字板などに地上から航空機に対して送る緊急信号の重要なものを9種類表示してあります。

N : NO 否定	Y : YES 肯定
JL : NOT UNDERSTOOD 理解不能	I : REQUIRE DOCTOR 重傷者あり、医師の派遣を求む
LL : ALL WELL 全て順調	II : REQUIRE MEDICAL SUPPLIES 医療品補給されたい
K : INDICATE DIRECTION TO PROCEED 前進する方向を示されたい	F : REQUIRE FOOD AND WATER 食料／飲料水補給されたい
X : UNABLE TO PROCEED 前進不可能	



【一般的な使用方法】

万一、遭難した場合など、捜索機（者）に対して地面にこのサインを描きます。大きさは10m四方以上。文字の天地は南北にします。雪上においては、溝を掘るか盛り上げて陰影で読ませます。体力がない場合、衣服や装備を使います。まわりに草や木や石がある場合はそれを使います。救難活動では飛行機側からは、拡声器、通信筒を使用して地上に連絡を取ることができますが、遭難者側からの返事が困難とされています。しかし、この答え方さえ知っていれば、適切な救助が受けられるわけです。

2

時刻・日付の合わせかた

27

お手入れについて

●日ごろからこまめにお手入れしてください

- ・ りゅうずを引き出して洗わないでください。
- ・ 水分や汗、汚れはこまめに柔らかい布でふき取るように心がけてください。
- ・ 海水につけた後は、必ず真水でよく洗ってからふき取ってください。その際、直接蛇口から水をかけることは避け、容器に水をためるなどしてから洗ってください。
- ※「非防水」、「日常生活用防水」の場合は、おやめください。
→ 性能と型式について P.29 防水性能について P.30

●りゅうずは時々回してください

- ・ りゅうずのさび付きを防止するために、時々りゅうずを回してください。
- ・ ねじロック式りゅうずの場合も同様です。 → りゅうずについて P.14

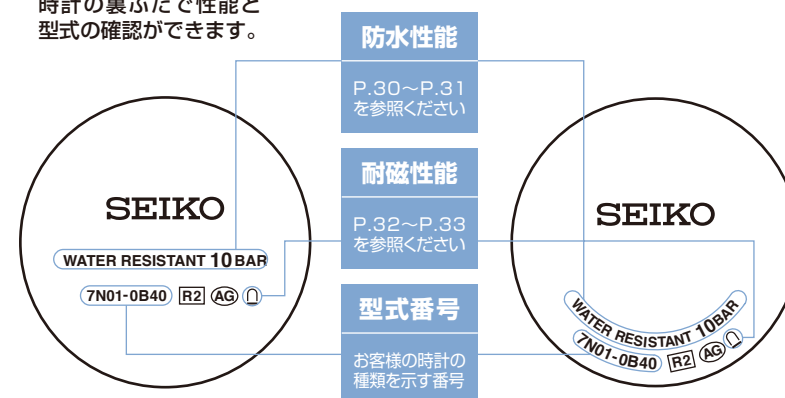
3

ご注意ください

28

性能と型式について

時計の裏ぶたで性能と型式の確認ができます。



※上記の図は例であり、お買い上げいただいた時計とは異なる場合があります。

3

ご注意ください

29

防水性能について

お買い上げいただいた時計の防水性能を
下記の表でご確認の上で使用ください。

(「P.29」をご覧ください)

3

ご注意いただきたいこと

裏ぶた表示	防水性能
防水性能表示なし	非防水です。
WATER RESISTANT	日常生活用防水です。
WATER RESISTANT 5 BAR	日常生活用強化防水で 5 気圧防水です。
WATER RESISTANT 10 (20) BAR	日常生活用強化防水で 10 (20) 気圧防水です。

30

お取扱方法

水滴がかかったり、汗を多くかく場合には、使用しないで下さい。	
日常生活での「水がかかる」程度の環境であれば使用できます。	 警告 水泳には使用しないで下さい。
水泳などのスポーツに使用できます。	
空気ポンプを使用しないスキンドайビングに使用できます。	

3

ご注意いただきたいこと

31

耐磁性能について (磁気の影響)

この時計は、身近にある磁気の影響を受け、時刻が狂ったり止まったりします。

3

ご注意いただきたいこと

裏ぶた表示	お取扱方法
耐磁性能表示なし	磁気製品より 5 cm 以上遠ざける必要があります。 (JIS1 種)
	
	磁気製品より 1 cm 以上遠ざける必要があります。 (JIS2 種)

この時計は、強い磁気を受けると時刻のずれを生じる場合があります。一度磁気の影響を受けると磁気から遠ざけても時計に磁気が残る、後々まで精度に影響を及ぼすことがあります。この場合は、修理にお出しください。また、保証期間にかかわらず有料とさせていただきます。

この時計が磁気の影響を受ける理由

内蔵されているひげぜんまいが、外からの強い磁力の影響を受けます。

32

時計に影響を及ぼす身の周りの磁気製品例

 携帯電話 (スピーカー部)	 AC アダプター	 バッグ (磁石の止め金)	 交流電気かみそり
 電磁調理器	 携帯ラジオ (スピーカー部)	 磁気ネックレス	 磁気健康枕

3

ご注意いただきたいこと

33

バンドについて

バンドは直接肌に触れ、汗やほこりで汚れます。そのため、お手入れが悪いとバンドが早く傷んだり、肌のかぶれ・そで口の汚れなどの原因になります。長くお使いになるためには、こまめなお手入れが必要です。

●金属バンド

- ・ ステンレスバンドも水や汗・汚れをそのままにしておくと、さびやすくなります。
- ・ 手入れが悪いと、かぶれやワイシャツのそで口が黄色や金色に汚れる原因になります。
- ・ 水や汗・汚れは、早めに柔らかな布でふき取ってください。
- ・ バンドのすき間の汚れは、水で洗い、柔らかな歯ブラシなどで取り除いてください。(時計本体は水にぬれないように、台所用ラップなどで保護しておきましょう。)
- ・ 残った水分は柔らかな布でふき取ってください。
- ・ チタンバンドでも、ピン類には強度に優れたステンレスが使用されているものがあり、ステンレスからさびが発生することがあります。
- ・ さびが進行すると、ピンの飛び出しや抜けが発生し、時計を脱落させてしまうことがあります。また、逆に中留が外れなくなることがあります。
- ・ 万が一、ピンが飛び出している場合は、怪我をするおそれがありますので、ただちに使用をやめて修理をご依頼ください。

●皮革バンド

- ・ 水や汗、直射日光に弱く、色落ちや劣化の原因になります。
- ・ 水がかかったときや汗をかいた後は、すぐに乾いた布などで、吸い取るように軽くふいてください。
- ・ 直接日光にあたる場所には放置しないでください。
- ・ 色の薄いバンドは、汚れが目立ちやすいので、ご使用の際はご注意ください。
- ・ 時計本体が日常生活用強化防水 10 (20) 気圧防水になっているものでも、アクアフリーバンド以外の皮革バンドは、水泳・水仕事などでの使用はお控えください。

●ポリウレタンバンド

- ・ 光で色があせたり、溶剤や空気中の湿気などにより劣化する性質があります。
- ・ 特に半透明や白色・淡い色のバンドは、他の色を吸着しやすく、また変色をおこします。
- ・ 汚れたら水で洗い、乾いた布でよくふき取ってください。(時計本体は水にぬれないように、台所用ラップなどで保護してください。)
- ・ 弾力性がなくなったら取り換えてください。そのまま使い続けるとひび割れが生じバンドが切れやすくなります。

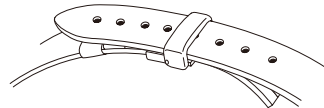
かぶれやアレルギーについて	バンドによるかぶれは、金属や皮革が原因となるアレルギー反応や、汚れ、もしくはバンドとのすれなどの不快感が原因となる場合など、いろいろな発生原因があります。
バンドサイズのめやすについて	バンドは多少余裕をもたせ、通気性をよくしてご使用ください。時計をつけた状態で、指一本入る程度が適当です。



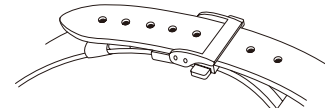
皮革バンド用三つ折れ式中留 (なかどめ) の使いかた

皮革バンドには、調整可能な三つ折れ式中留を用いたものがあります。お買い上げの時計の中留が、下記のいずれかにあてはまる場合は、それぞれの操作方法をご参照ください。

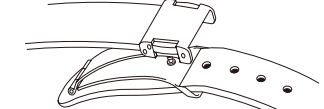
A Aタイプ → P.37



B Bタイプ → P.38

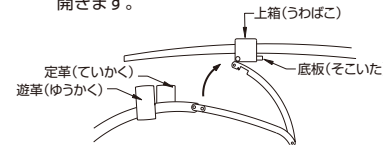


C Cタイプ → P.40

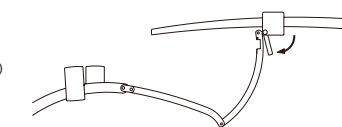


A Aタイプの使いかた

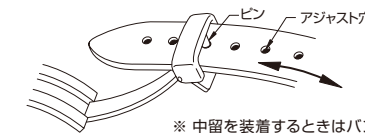
- ① バンドを定革、遊革から抜いて、中留を開きます。



- ② 上箱の底板を下に開きます。



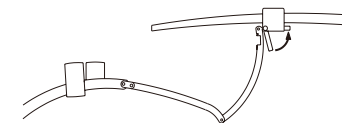
- ③ ピンをアジャスト穴から外します。バンドを左右にスライドさせ、適切な長さのところで、ピンをアジャスト穴にもう一度入れます。



※ 中留を装着するときはバンド剣先 (先端) を定・遊革に入れてから、中留をしっかり留めてください。

- ④ 底板を閉めます。

※ 底板を押しこみ過ぎないようにしてください。



3

ご注意ください

34

3

ご注意ください

35

3

ご注意ください

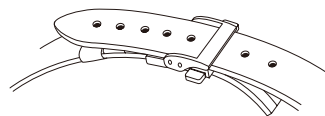
36

3

ご注意ください

37

B タイプの使いかた

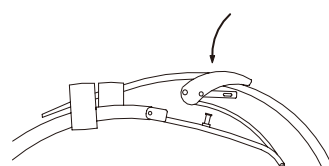
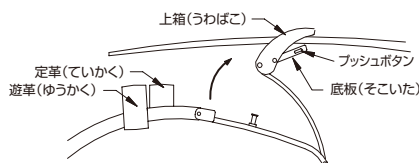


3

・着脱のしかた

ご注意いただきたいこと

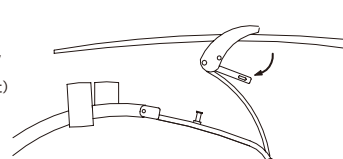
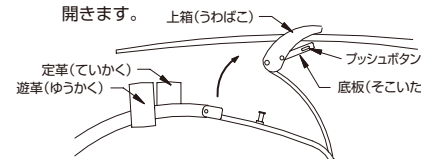
- ① プッシュボタンを両側から押しながらバンドを定革・遊革から抜いて、中留を開きます。
- ② バンドの剣先（先端）を定革・遊革に入れてから、上箱を上からしっかり押さえて留めます。



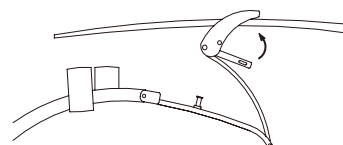
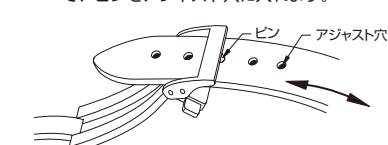
38

・バンドの長さを調節するには

- ① プッシュボタンを両側から押しながらバンドを定革・遊革から抜いて、中留を開きます。
- ② もう一度プッシュボタンを押し、底板を下に開きます。
- ③ ピンをアジャスト穴から外します。バンドを左右にスライドさせ、適切な長さのところで、ピンをアジャスト穴に入れます。
- ④ 底板を閉めます。



- ③ ピンをアジャスト穴から外します。バンドを左右にスライドさせ、適切な長さのところで、ピンをアジャスト穴に入れます。

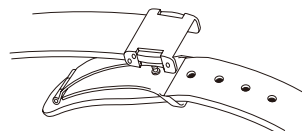


3

ご注意いただきたいこと

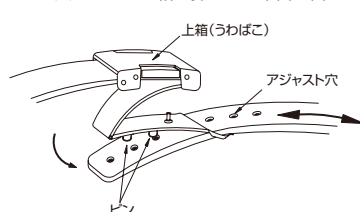
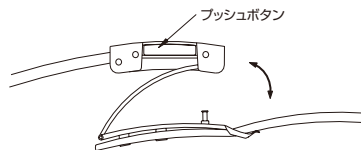
39

C タイプの使いかた



3

- ① プッシュボタンを両側から押しながら中留を開きます。
- ② ピンをアジャスト穴から外します。バンドを左右にスライドさせ、適切な長さのところで、ピンをアジャスト穴に入れます。上箱を押して、中留を留めます。



40

ルミブライトについて

お買い上げの時計がルミブライトつきの場合

ルミブライトは、太陽光や照明のあかりを短時間（約 10 分間：500 ルクス以上）で吸収して蓄え、暗い中で長時間（約 3 時間～5 時間）発光します。光が当たらなくなつてから輝度（明るさ）は、時間の経過とともに弱まります。なお、光を蓄える際の光の強さや光の吸収度合いとルミブライトの面積によって、発光する時間や見え方に差が生じます。

※ 一般的には明るい所から暗い所へ入った場合、人の目はすぐには順応しません。初めはものが見にくいですが、時間の経過と共に見やすくなってきます。（目の暗順応）

※ ルミブライトは、放射能などの有害物質をまったく含んでいない環境・人に安全な蓄光（蓄えた光を放出する）塗料です。

<照度のめやすについて>

環 境		明るさ（照度）のめやす
太陽光	晴れ	100,000 ルクス
	くもり	10,000 ルクス
屋内（昼間窓際）	晴れ	3,000 ルクス以上
	くもり	1,000 ～ 3,000 ルクス
照明 （白色蛍光灯 40W の下で）	雨	1,000 ルクス以下
	1m	1,000 ルクス
	3m	500 ルクス（通常室内レベル）
	4m	250 ルクス

3

ご注意いただきたいこと

41

アフターサービスについて

●保証と修理について

- ・修理や点検調整のための分解掃除（オーバーホール）の際は、お買い上げ店、または弊社お客様相談窓口にご依頼ください。
- ・保証期間内に不具合が生じた場合は、必ず保証書を添えてお買い上げ店へお持ちください。
- ・保証内容は保証書に記載したとおりです。保証書をよくお読みいただき、大切に保管してください。
- ・保証期間終了後については、修理によって機能が維持できる場合には、ご要望により有料修理させていただきます。

●補修用性能部品について

- ・この時計の補修用性能部品の保有期間は通常 7 年を基準としています。補修用性能部品とは、時計の機能を維持するために必要な修理用部品です。
- ・修理の際、外観の異なる代替部品を使用させていただくことがありますので、あらかじめご了承ください。

こんなときには

現象	考えられる原因	このようにしてください
時計が止まった。	ぜんまいが巻かれていない。	ぜんまいを手で巻くか、または数回振れば動き出します。それでも、動かない場合は、お買い上げ店にご相談ください。
時計が一時的に進む／遅れる。	暑いところまたは寒いところに長く置いた。	精度は、常温にもどれば元にもどります。
	磁気を発生するもののそばに置いた。	精度は、磁気の発生するものから放せば元にもどります。元にもどらない場合は、お買い上げ店にご相談ください。
	落としたり強くぶつけたり、または激しいスポーツをした。強い振動が加えられた。	精度は、元にもどりません。お買い上げ店にご相談ください。
	3 年を越える長期間、分解掃除による点検調整を行っていない。	お買い上げ店にご相談ください。
日付が日中に変わる。	時刻合わせが違っている。	12 時間分、針を進めてください。
ガラスのくもりが消えない。	バッキンの劣化などにより時計内部に水分が入った。	お買い上げ店にご相談ください。

※その他の現象は、お買い上げ店、またはお客様相談室にご相談ください。

●点検調整のための分解掃除（オーバーホール）について

- ・長くご愛用いただくために、2 年～3 年に 1 度程度の点検調整のための分解掃除（オーバーホール）をおすすめします。
- ・この時計のムーブメントは、機構の性質上動力を伝達する歯車部分に常に力が加わっています。これらが常に機能するためには、定期的な部品の洗浄、油の交換、精度調整、機能チェック、消耗品の交換などが大切です。特にお買い上げ後 2 年～3 年目の点検調整のための分解掃除（オーバーホール）を行うことが、長く使用するためには重要です。ご使用状況によっては、機械の保油状態が損なわれたり、油の汚れなどによって部品が磨耗し、時刻の進み、遅れが大きくなったり止まりにいたることがあります。またバッキンなどの部品の劣化が進み、汗や水分の浸入などで防水性能が損なわれる場合があります。点検調整のための分解掃除（オーバーホール）は、「純正部品」とご指定の上、お買い上げ店にご依頼ください。その際、バッキンやばね棒の交換もあわせてご依頼ください。
- ・点検調整のための分解掃除（オーバーホール）の際には、ムーブメント交換となる場合もあります。

メカニカルウォッチの精度について

- メカニカルウォッチの精度は「日差」です。
- メカニカルウォッチの精度は時計の姿勢（向き）によって進み／遅れ具合が変わり、またお客様のご使用になる条件（携帯時間・温度・腕の動き・ぜんまいの巻き上げ量など）により、所定の精度の範囲を超える場合があります。
- 1 日のみの誤差で判断せず 1 週間程度の誤差で判断するようにしてください。
- 精度の温度差
 - ・メカニカルウォッチの精度を作る部分には金属が使われています。金属の特性として、温度の変化によって伸び縮みすることは良く知られています。これが時計の精度に影響を与えます。メカニカルウォッチは高温下では遅れがちになり低温下では進みがちになります。

●ぜんまいの巻き具合と精度

精度を高めるためには、歯車の速度をコントロールするてんぶに規則正しくエネルギーを補給する事が重要です。メカニカルウォッチの動力源であるぜんまいは、いっぱい巻かれている状態とほどける直前の状態では力が異なり、ほどけるにしたがって力が弱くなっていきます。

自動巻き式は頻繁に携帯していただく事で、また手巻き式はぜんまいを毎日一回一定の時刻に十分に巻き上げて規則正しく動かす事で、比較的安定した精度が得られます。

製品仕様

機 種	4R35	4R36	4R37	4R38	4R39
1. 機 能	3 針 (時針、分針、秒針) 日表示	3 針 (時針、分針、秒針) 日・曜日表示	3 針 (時針、分針、秒針) 24 時針 日表示	3 針 (時針、分針、秒針)	3 針 (時針、分針、秒針) 24 時針
2. 振 動 数	21,600 振動/時間				
3. 精 度	日差 +45 秒～-35 秒 (常温 5℃～35℃において)				
4. 持続時間	最大巻上げ時 41 時間以上				
5. 駆動方式	ぜんまい巻 (自動巻 〈手巻つき〉)				
6. 使用石数	23 石	24 石			

※上記精度は工場出荷時に調整されたものです。

※メカニカルウォッチの特性上、ご使用になる条件 (携帯時間、温度、腕の動き、ぜんまいの巻き上げり量など) によっては上記精度の範囲を超える場合があります。

Thank you very much for choosing a SEIKO watch.
For proper and safe use of your SEIKO watch,
please read carefully the instructions in this
booklet before using "it".

Keep this manual handy for easy reference.

※ Length adjustment service for metallic bands is available at the retailer from whom the watch was purchased. If you cannot have your watch repaired by the retailer from whom the watch was purchased because you received the watch as a gift, or you moved to a distant place, please contact SEIKO CUSTOMER SERVICE CENTER.

The service may also be available on a chargeable basis at other retailers, however, some retailers may not undertake the service.

※ If your watch has a protective film for preventing scratches, make sure to peel it off before using the watch. If the watch is used with the film on it, dirt, sweat, dust, or moisture may be attached to the film and may cause rust.

CONTENTS	
1. About this Product	How to set the time, 24-hour hand, and date (4R37) 68
Handling cautions	52
Characteristics of mechanical watches (manual winding model, automatic winding model) ...	56
Names of the parts	57
Crown	62
How to use the automatic mechanical watch ...	63
2. How to set the time, and date	How to set the time (4R38) 70
How to set the time, and date (4R35) ...	64
How to set the time, day, and date (4R36) ...	66
	How to set the time and 24-hour hand (4R39) ... 71
	How to set the time and 24-hour hand (4R39) ... 71
	Date adjustment at the end of the month ... 65·67·69
	How to use the simple world time function ... 72
	How to use the compass 74
	Emergency distress signal code 75
3. To preserve the quality of your watch	
Daily care	76

Performance and type	77	5. Specifications	
Water resistance	78	Accuracy of mechanical watches ...	93
Magnetic resistance	80	Specifications	95
Band	82		
Special clasps	84		
Lumibrite	89		
After-sale service	90		
4. Troubleshooting			
Troubleshooting	92		

Handling cautions

 **WARNING**
 To indicate the risks of serious consequences such as severe injuries unless the following safety regulations are strictly observed.

- Immediately stop wearing the watch in following cases.
 - If the watch body or band becomes edged by corrosion etc.
 - If the pins protrude from the band.
 - ※ Immediately consult the retailer from whom the watch was purchased or SEIKO CUSTOMER SERVICE CENTER.
- Keep the watch and accessories out of the reach of babies and children.

Care should be taken to prevent a baby or a child accidentally swallowing the accessories.

If a baby or child swallows the battery or accessories, immediately consult a doctor, as it will be harmful to the health of the baby or child.

 **CAUTION**
 To indicate the risks of light injuries or material damages unless the following safety regulations are strictly observed.

- Avoid the following places for wearing or keeping the watch.
 - Places where volatile agents (cosmetics such as polish remover, bug repellent, thinners etc.) are vaporizing
 - Places where the temperature drops below 5°C or rises above 35°C for a long time
 - Places affected by strong magnetism or static electricity
 - Places affected by strong vibrations
 - Places of high humidity
 - Dusty places
- If you observe any allergic symptoms or skin irritation

Stop wearing the watch immediately and consult a specialist such as a dermatologist or an allergist
- Other cautions
 - For adjusting the length of the metal bracelet, specialized knowledge and expertise are necessary. Therefore, in such a case, contact the retailer from whom the watch was purchased. If you attempt to adjust the metal bracelet, injury may occur to your hand or fingers, or parts of the bracelet may be lost.
 - Do not disassemble or tamper with the watch.
 - Keep the watch out of the reach of babies and children.
 - Extra care should be taken to avoid risks of any injury or allergic rash or itching that may be caused when they touch the watch.
 - If your watch is of the fob or pendant type, the strap or chain attached to the watch may damage your clothes, or injure the hand, neck, or other parts of your body.

⚠ WARNING



Do not use the watch in scuba diving or saturation diving.

The various tightened inspections under simulated harsh environment, which are usually required for watches designed for scuba diving or saturation diving, have not been conducted on this watch. For diving, use special watches for diving.

⚠ CAUTION



Do not pour running water directly from faucet onto the watch.

The water pressure of tap water from a faucet is high enough to degrade the water resistant performance of a water resistant watch for everyday life.

⚠ CAUTION



Do not turn or pull out the crown when the watch is wet.

Water may get inside of the watch.

※ If the inner surface of the glass is clouded with condensation or water droplets appear inside of the watch for a long time, the water resistant performance of the watch is deteriorated. Immediately consult the retailer from whom the watch was purchased or SEIKO CUSTOMER SERVICE CENTER.



Do not leave moisture, sweat and dirt on the watch for a long time.

Be aware of a risk that a water resistant watch may lessen its water resistant performance because of deterioration of the adhesive on the glass or gasket, or the development of rust on stainless steel.



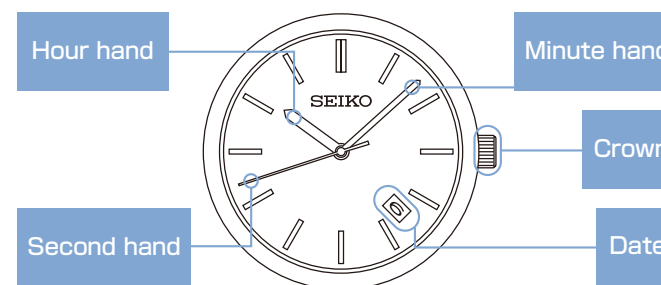
Do not wear the watch while taking a bath or a sauna.

Steam, soap or some components of a hot spring may accelerate the deterioration of water resistant performance of the watch.

Characteristics of mechanical watches (manual winding model, automatic winding model)

- This is a mechanical watch that uses the mainspring as its power source.
- When starting to use a watch after it stops, turn the crown approximately 20 times by hand to wind the mainspring.
- Accuracy of mechanical watch is indicated by a daily rate (loss or gain per one day), while that of quartz watch is indicated by a monthly or annual rate.
- Accuracy of mechanical watch may slightly vary depending on the various conditions of use (such as the length of time during which the watch is worn on the wrist, temperature environment, arm movement, and winding state of the mainspring).

Names of the parts (4R35)

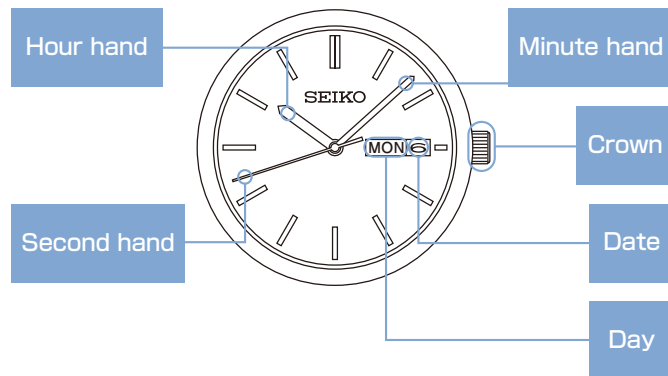


※ The design of the index is different depending on the model.

1

About this Product

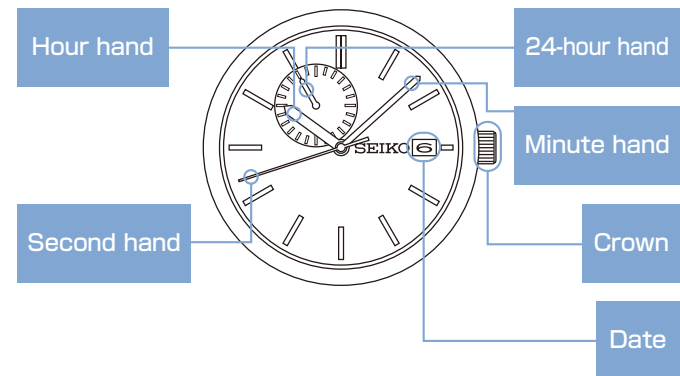
Names of the parts (4R36)



※ The design of the index is different depending on the model.

58

Names of the parts (4R37)



※ The design of the index is different depending on the model.

1

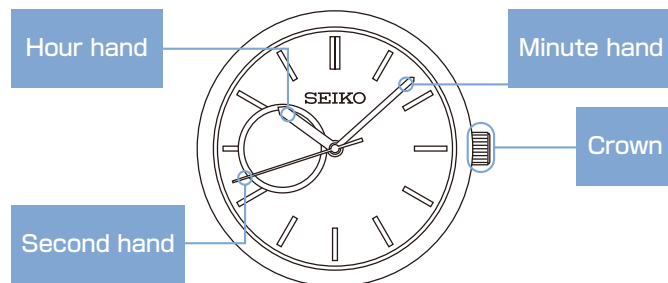
About this Product

59

1

About this Product

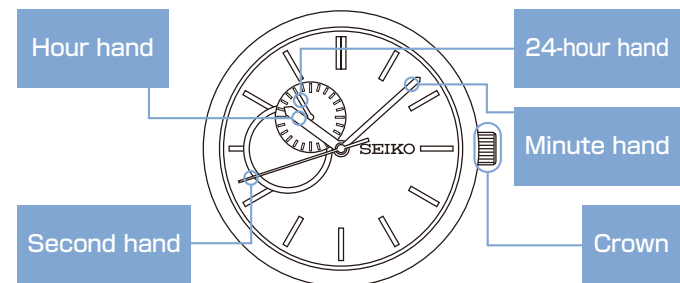
Names of the parts (4R38)



※ The design of the index is different depending on the model.

60

Names of the parts (4R39)



※ The design of the index is different depending on the model.

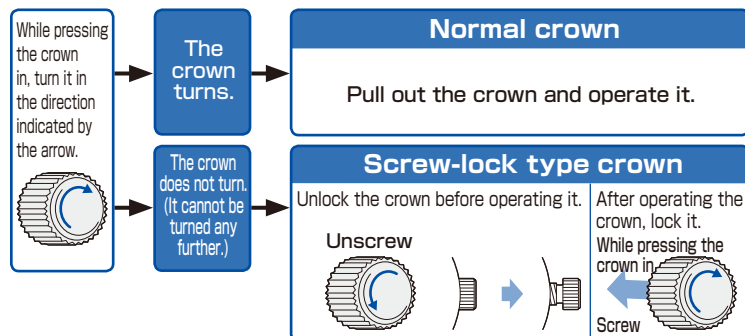
1

About this Product

61

Crown

There are two types of crown, a normal crown and a screw-lock type crown. Please check the type of the crown of your watch.



※ If your watch has a screw-lock type crown, the crown screws into the watch to prevent malfunction and increase water resistance.

※ Be careful not to screw the crown in by force as it may damage the slots of the crown.

How to use the automatic mechanical watch

- 1 This is an automatic mechanical watch with manual winding mechanism.
- 2 When the watch is worn on the wrist, the mainspring is wound automatically through normal wrist movement. The watch can also be wound up by turning the crown. To do so, unscrew the crown by turning it counterclockwise.
- 3 To start the watch after it stops completely, wind it up either by turning the crown or swinging it from side to side until the second hand starts moving. Then, set the time and date before putting the watch on the wrist. To wind up the watch, unscrew the crown by turning it counterclockwise, and then, turn it clockwise slowly. The watch cannot be wound by turning the crown counterclockwise.
- 4 Once the watch is wound up fully, it operates for about 41 hours.

※ If the watch is used without being wound up fully, gain or loss of the watch may result.

To avoid this, wear the watch for more than 10 hours a day. If the watch is used without wearing on the wrist; if it is used on the desk like a clock, for example; be sure to wind it up fully every day at a fixed time.

※ If you use a watch that has stopped with the mainspring unwound, winding the mainspring with the crown will not start the watch immediately. That is because the mainspring torque (force) is low at the beginning of its winding due to the characteristics of mechanical watches. The second hand starts to move when a certain degree of strong torque is reached after the mainspring has been wound up. However, swinging the watch from side to side to forcibly turn the balance can start the watch sooner.

How to set the time, and date (4R35)

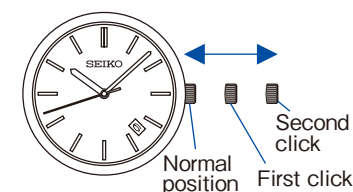
Check that the watch is operating, and then, set the time and date. The watch is provided with a date function and is so designed that the date changes once every 24 hours. The date changes around 12 o'clock midnight. If AM/PM is not properly set, the date will change at 12 o'clock noon.

How to set the time, and date.

- 1 Pull out the crown to the first click.
- 2 The date can be set by turning the crown clockwise. Turn it until the previous day's date appears. Ex.) If today is the 6th of the month, first set the date to "5" by turning the crown counterclockwise.
- 3 Pull out the crown to the second click when the second hand is at the 12 o'clock position. (The second hand stops on the spot.) Turn the crown to advance the hands until the date changes to the next. The time is now set for the A.M. period. Advance the hands to set the correct time.

- 4 Push the crown back in to the normal position in accordance with a time signal.

※ The telephone time signal service is helpful for setting the second hand exactly.



Date adjustment at the end of the month

It is necessary to adjust the date at the end of February and 30-day months. Ex.) To adjust the date in the A.M. period on the first day of a month following a 30-day month.

- The watch displays "31" instead of "1". Pull out the crown to the first click.
- Turn the crown to set the date to "1" and then push the crown back in to the normal position.

CAUTION

○ Do not set the date between 9:00 p.m. and 1:00 a.m. as this will cause a malfunction.

How to set the time, day, and date (4R36)

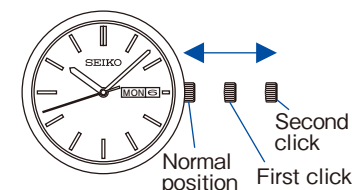
This watch is provided with a date and day function. It is designed so that the date changes once every 24 hours around 12 o'clock midnight, and the day around 4:00 a.m. If AM/PM is not properly set, the date will change around 12 o'clock noon, and the day around 4:00 p.m.

How to set the time, date, and day

- 1 Pull out the crown to the first click.
- 2 The date and day can be adjusted by turning the crown. Turn it until the previous day's date and day appear. The day can be adjusted by turning the crown clockwise and the date by turning the crown counterclockwise. If your watch is the bilingual model for displaying the day, choose the desired language.
Ex.) If today is the 6th of the month, first set the date to "5."
- 3 Pull out the crown to the second click when the second hand is at the 12 o'clock position. (The second hand stops on the spot.)
Turn the crown to advance the hands until the date changes to the next. The time is now set for the A.M. period. Advance the hands to set the correct time.

- 4 Push the crown back in to the normal position in accordance with a time signal.

※ The telephone time signal service is helpful for setting the second hand exactly.



Date adjustment at the end of the month

It is necessary to adjust the date at the end of February and 30-day months.
Ex.) To adjust the date in the A.M. period on the first day of a month following a 30-day month.

- The watch displays "31" instead of "1". Pull out the crown to the first click.
- Turn the crown to set the date to "1" and then push the crown back in to the normal position.

CAUTION

- Do not set the date between 9:00 p.m. and 4:00 a.m. as this will cause a malfunction.

How to set the time, 24-hour hand, and date (4R37)

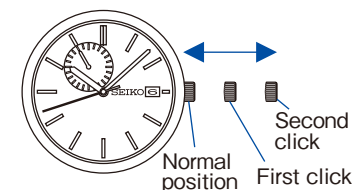
This watch is provided with a date function. It also has a 24-hour hand, which can be used as an AM/PM indicator. The watch is designed so that the date changes once every 24 hours around 12 o'clock midnight. Make sure that AM/PM is properly set by checking the 24-hour hand, as the date will change around 12 o'clock noon if AM/PM is not properly set.

How to set the time, 24-hour hand, and date

- 1 Pull out the crown to the first click.
- 2 The date can be adjusted by turning the crown counterclockwise. Turn it until the desired date appears.
*If the 24-hour hand is pointing at the time between 9:00 p.m. and 1:00 a.m., do not adjust the date. In such a case, set the time (refer to operations starting from procedure 3) before adjusting the date.
- 3 Pull out the crown to the second click when the second hand is at the 12 o'clock position (the second hand stops).
Turn the crown to set the time to the current time. Because the 24-hour hand moves correspondingly with the hour hand, check the 24-hour hand to set AM/PM correctly.

- 4 Push the crown back in to the normal position in accordance with a time signal.

※ The telephone time signal service is helpful for setting the second hand exactly.



Date adjustment at the end of the month

It is necessary to adjust the date at the end of February and 30-day months.
Ex.) To adjust the date in the A.M. period on the first day of a month following a 30-day month.

- The watch displays "31" instead of "1". Pull out the crown to the first click.
- Turn the crown to set the date to "1" and then push the crown back in to the normal position.

CAUTION

- Do not set the date between 9:00 p.m. and 1:00 a.m. as this will cause a malfunction.

How to set the time (4R38)

2

How to set the time, and date

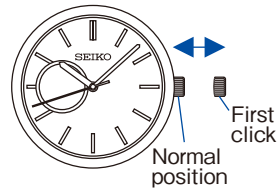
How to set the time

1 Pull out the crown to the first click when the second hand is at the 12 o'clock position (the second hand stops).

Turn the crown to set the time to the current time.

2 Push the crown back in to the normal position in accordance with a time signal.

※ The telephone time signal service is helpful for setting the second hand exactly.



70

How to set the time and 24-hour hand (4R39)

2

How to set the time, and date

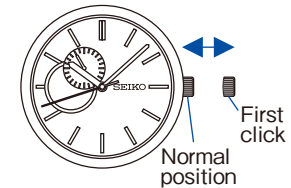
How to set the time and 24-hour hand

1 Pull out the crown to the first click when the second hand is at the 12 o'clock position (the second hand stops).

Turn the crown to set the time to the current time. Because the 24-hour hand moves correspondingly with the hour hand, check the 24-hour hand to set AM/PM correctly.

2 Push the crown back in to the normal position in accordance with a time signal.

※ The telephone time signal service is helpful for setting the second hand exactly.



71

How to use the simple world time function (If your watch has a simple world time function)

2

How to set the time, and date

• The combination of city name of the world major cities on the rotating bezel, etc., and the 24-hour marker on the dial etc., lets you know the approximate time of each city.

• This simple world time function is only to check the approximate time, and is not intended for checking the correct time.

Ex.: You want to know the time of Paris when you are in Tokyo (refer to the figure at the right)

1. Check the current time in Tokyo (supposing that it is 14:00 = 2:00 p.m.).

2. Turn the rotating bezel, etc., until the city name TOKYO points to "14."

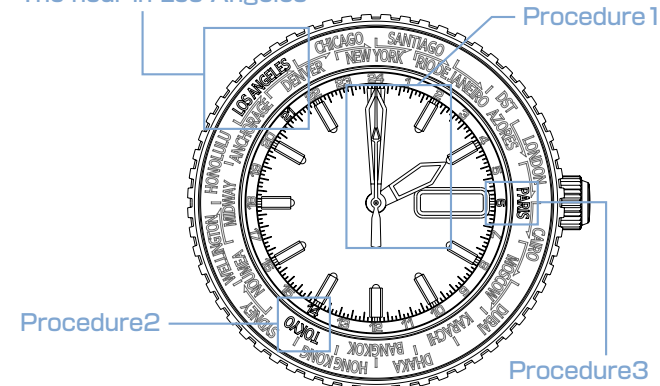
3. Check the number that the city name PARIS on the rotating bezel, etc., points to.

(The city name PARIS points to "6," therefore, it is 6:00 a.m. in Paris.)

The same manner can be applied to read the time in any other city on the bezel. For example, the hour in Los Angeles can be read as 21:00 (9:00 p.m.).

72

The hour in Los Angeles



2

How to set the time, and date

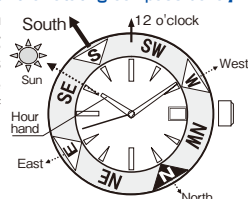
73

How to use the compass (only for models with the compass bezel or with the compass inner ring)

- The compass can be used in the Northern Hemisphere only. In areas at the latitude lower than the tropic of Cancer, it may not indicate the directions properly depending on the season. Please use the compass in places where the direction of the sun can be checked.
- The compass is so designed to provide only the rough indications of the directions, and not the accurate directions.
- While keeping the dial level, point the hour hand to the direction of the sun. The direction of south is indicated by the middle point of the arc between the 12 o'clock maker and the time scale indicated by the hour hand.

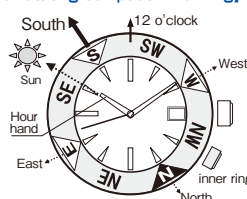
[For models with the rotating compass bezel]

Set "S" on the rotating compass bezel to the direction of the south.



[For models with the rotating compass inner ring]

Turn the crown for the rotating compass inner ring to set "S" on the rotating compass inner ring to the direction of the south.



2

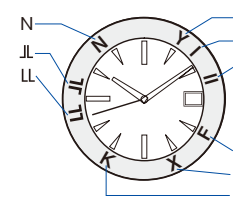
How to set the time, and date

74

Emergency distress signal code (only for the models with emergency distress signal code)

9 basic emergency distress signal codes are inscribed on the dial etc. They are to be used to communicate with the rescue aircraft from the ground in case of distress.

N : NO (Negative)
JL : NOT UNDERSTOOD
LL : ALL WELL
(Everything is going well.)
K : INDICATE DIRECTION
TO PROCEED
X : UNABLE TO PROCEED
(Can not advance.)



Y : YES (Affirmative)
I : REQUIRE DOCTOR
(There is a seriously injured person. Send a doctor.)
II : REQUIRE MEDICAL SUPPLIES
F : REQUIRE FOOD & WATER
(Supply food and water.)

[How to use the emergency distress signal codes]

In case of distress, describe the emergency distress signal codes on the ground so that the search aircraft or rescue party can easily recognize them. Each letter should be at least 10 by meters in size with its top and bottom facing the directions of south and north, respectively. When describing the code on the field of snow, dig a ditch or pile up snow in the form of the letter so that it can be discerned by the shade. If the victim is weakened and does not have enough physical strength to describe the codes on the ground, use the clothes or outfit to form the letters. Grass, branches of trees or stones can also serve the purpose. In rescue operations, the rescue aircraft uses a loudspeaker or a communication tube to send messages to the victim, but it is difficult for the victim to respond to the rescuer. The emergency distress signal codes will facilitate the communication between them and help the rescue operations progress smoothly.

2

How to set the time, and date

75

Daily care

● The watch requires good daily care

- Do not wash the watch when its crown is at the extended position.
- Wipe away moisture, sweat or dirt with a soft cloth
- After soaking the watch in seawater, be sure to wash the watch in clean pure water and wipe it dry carefully.
- ※ If your watch is rated as "Non-water resistant" or "water resistant for everyday life," do not wash the watch. Do not pour running water directly from faucet onto the watch. Put some water into a bowl first, and then soak the watch in the water to wash it.
- Performance and type → page 77.
- Water resistance → page 78.

● Turn the crown from time to time

- In order to prevent corrosion of the crown, turn the crown from time to time.
- The same practice should be applied to a screw-lock type crown.
- Crown → page 62.

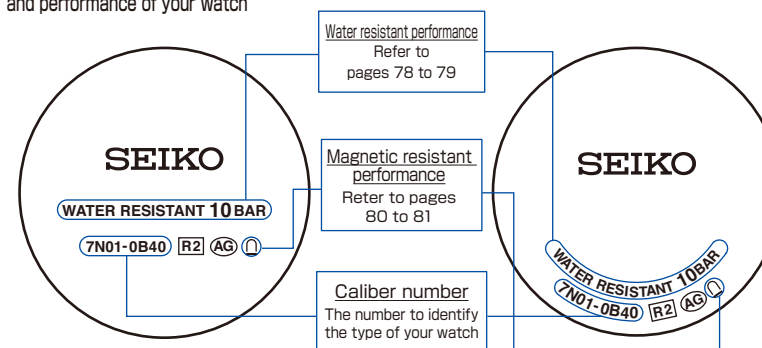
3

To preserve the quality of your watch

76

Performance and type

The case back shows the caliber and performance of your watch



※ The figure above is one example. Performance of your watch is different from above sample.

3

To preserve the quality of your watch

77

Water resistance

Refer to the table below for the description of each degree of water resistant performance of your watch before using.

(Refer to " P.77 ")

3

To preserve the quality of your watch

78

Indication on the case back	Water resistant performance
No indication	Non-water resistance
WATER RESISTANT	Water resistance for everyday life
WATER RESISTANT 5 BAR	Water resistance for everyday life at 5 barometric pressures
WATER RESISTANT 10 (20) BAR	Water resistance for everyday life at 10(20) barometric pressures.

Condition of use

Avoid drops of water or sweat

The watch withstands accidental contact with water in everyday life.



WARNING

Not suitable for swimming

The watch is suitable for sports such as swimming.

The watch is suitable for diving not using an air cylinder.

3

To preserve the quality of your watch

79

Magnetic resistance

Affected by nearby magnetism, a watch may temporarily gain or lose time or stop operating.

3

To preserve the quality of your watch

80

Indication on the case back	Condition of use
No indication	Keep the watch more than 5 cm away from magnetic products. (JIS level-1 standard)
	Keep the watch more than 1 cm away from magnetic products. (JIS level-2 standard)

Exposing the watch to a strong magnetic field will cause the watch to gain or lose time. Once the watch is affected by a magnetic field, even if it is removed from the magnetic field, it may remain magnetized, causing lasting effects on its accuracy. In such a case, have the watch repaired. Any repairs made even within the guarantee period will be made at cost.

The reason why watch is affected by magnetism

The built-in balance spring may be influenced by a strong external magnetic field.

Examples of common magnetic products that may affect watches



Cellular phone (speaker)



AC adapter



Bag (with magnet buckle)



AC-powered shaver



Magnetic cooking device



Portable radio (speaker)



Magnetic necklace



Magnetic health pillow

3

To preserve the quality of your watch

81

Band

The band touches the skin directly and becomes dirty with sweat or dust. Therefore, lack of care may accelerate deterioration of the band or cause skin irritation or stain on the sleeve edge. The watch requires a lot of attention for long usage.

● Metallic band

- Moisture, sweat or soil will cause rust even on a stainless steel band if they are left for a long time.
- Lack of care may cause a yellowish or gold stain on the lower sleeve edge of shirts.
- Wipe off moisture, sweat or soil with a soft cloth as soon as possible
- To clean the soil around the joint gaps of the band, wipe it out in water and then brush it off with a soft toothbrush.
(Protect the watch body from water splashes by wrapping it up in plastic wrap etc.)
- Because some titan bracelets use pins made of stainless steel, which has outstanding strength, rust may form in the stainless steel parts.
- If rust advances, pins may poke out or drop out, and the watch case may fall off the bracelet, or the clasp may not open.
- If a pin is poking out, personal injury may result. In such a case, refrain from using the watch and request repair.

● Leather band

- A leather band is susceptible to discoloration and deterioration from moisture, sweat and direct sunlight.
- Wipe off moisture and sweat as soon as possible by gently blotting them up with a dry cloth.
- Do not expose the watch to direct sunlight for a long time.
- Please take care when wearing a watch with light-colored band, as dirt is likely to show up.
- Refrain from wearing a leather band watch other than Aqua Free bands while bathing, swimming, and when working with water even if the watch itself is water-resistant enforced for daily use (10- or 20-BAR water resistant) .

● Polyurethane band

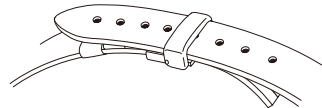
- A polyurethane band is susceptible to discoloration from light, and may be deteriorated by solvent or atmospheric humidity.
- Especially a translucent, white, or pale colored band easily adsorbs other colors, resulting in color smears or discoloration.
- Wash out dirt in water and clean it off with a dry cloth.
(Protect the watch body from water splashes by wrapping it up in plastic wrap etc.)
- When the band becomes less flexible, have the band replaced with a new one. If you continue to use the band as it is, the band may develop cracks or become brittle over time.

Notes on skin irritation and allergy	Skin irritation caused by a band has various reasons such as allergy to metals or leathers, or skin reactions against friction on dust or the band itself.
Notes on the length of the band	Adjust the band to allow a little clearance with your wrist to ensure proper airflow. When wearing the watch, leave enough room to insert a finger between the band and your wrist. 

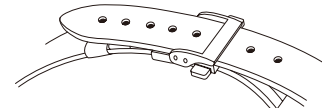
Special clasps

There are 3 type of special clasps as described below;
If the clasp of the watch you purchased is one of them,
please refer to the indications.

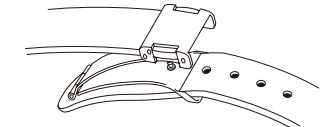
A A Type → page 85



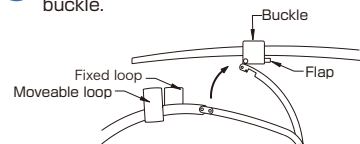
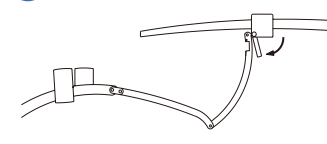
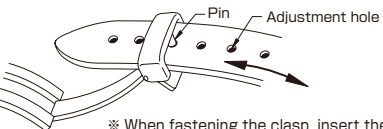
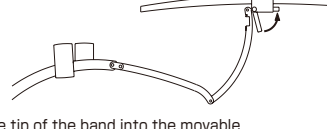
B B Type → page 86



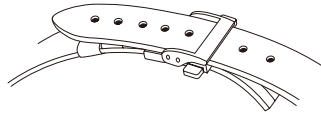
C C Type → page 88



A A Type

- Lift up the clasp to release the buckle.

 - Open the flap.

 - Take the pin out of the adjustment hole, adjust the size of the strap by sliding it back and forth, and then put the pin back into the appropriate adjustment hole.

 - Close the flap.
※ Do not push the flap in too hand.

- ※ When fastening the clasp, insert the tip of the band into the movable loop and fixed loop, and then, securely tighten the clasp.

B B Type

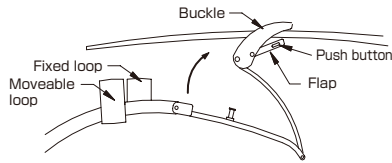


3

• How to wear or take off the watch

To preserve the quality of your watch

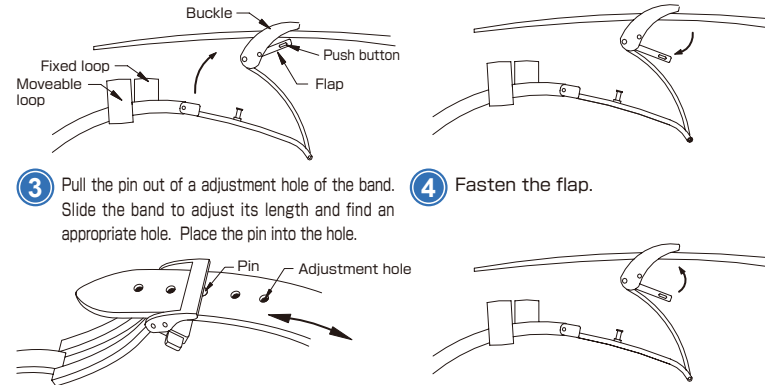
- 1 While pressing the push button on the both sides of the flap, pull the band out of the moveable loop and fixed loop. Then open the clasp.
- 2 Place the tip of the band into the moveable loop and fixed loop, and fasten the clasp by pressing the frame of the buckle.



86

• How to adjust the length of the leather band

- 1 While pressing the push button on the both sides of the flap, pull the leather band out of the moveable loop and fixed loop. Then open the clasp.
- 2 Press the push buttons again to unfasten the flap.

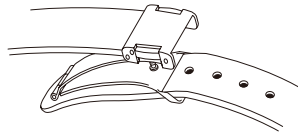


3

To preserve the quality of your watch

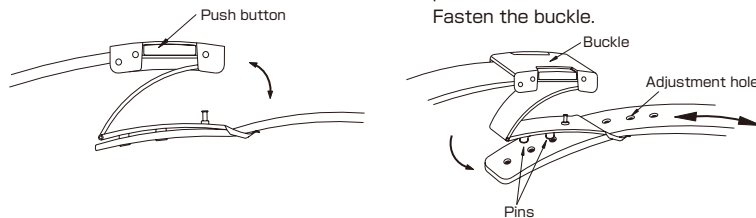
87

C C Type



3

- 1 While pressing the push button on the both sides of the flap, lift to open the clasp.
- 2 Pull the pins out of the adjustment holes on the band. Slide the band to the appropriate length. Place the pins into the new holes on the band. Fasten the buckle.



88

Lumibrite

If your watch has Lumibrite

Lumibrite is a luminous paint that absorbs the light energy of the sunlight and lighting apparatus in a short time and stores it to emit light in the dark.

For example, if exposed to a light of more than 500 lux for approximately 10 minutes, Lumibrite can emit light for 3 to 5 hours. Please note, however, that, as Lumibrite emits the light it stores, the luminance level of the light decreases gradually over time. The duration of the emitted light may also differ slightly depending on such factors as the brightness of the place where the watch is exposed to light and the distance from the light source to the watch.

- ※ In general, when coming from a place that is bright to a place that is dark, it takes human eyes some time to adapt to the darkness making it difficult to see objects initially. (Dark adaptation)
- ※ Lumibrite is luminous paint that stores and emits light, which is harmless to human beings and the environment, containing no toxic materials such as radioactive substances.

Condition		Illumination
Sunlight	Fine weather	100,000 lux
	Cloudy weather	10,000 lux
Indoor (Window-side during daytime)	Fine weather	more than 3,000 lux
	Cloudy weather	1,000 to 3,000 lux
	Rainy weather	less than 1,000 lux
Lighting apparatus (40-watt daylight fluorescent light))	Distance to the watch: 1 m	1,000 lux
	Distance to the watch: 3 m	500 lux (average room luminance)
	Distance to the watch: 4 m	250 lux

3

To preserve the quality of your watch

89

After-sale service

● Notes on guarantee and repair

- Contact the retailer from whom the watch was purchased or SEIKO CUSTOMER SERVICE CENTER for repair or overhaul.
- Within the guarantee period, present the certificate of guarantee to receive repair services.
- Guarantee coverage is provided in the certificate of guarantee. Read carefully and retain it.
- For repair services after the guarantee period has expired, if the functions of the watch can be restored by repair work, we will undertake repair services upon request and payment.

● Replacement parts

- SEIKO makes it a policy to typically keep a stock of replacement parts for this watch for 7 years. Replacement parts are those which are essential to maintaining the functional integrity of the watch. Please keep in mind that if original parts are not available, they may be replaced with substitutes whose outward appearance may differ from the originals.

● Inspection and adjustment by disassembly and cleaning (overhaul)

- Periodic inspection and adjustment by disassembly and cleaning (overhaul) is recommended approximately once every 2 to 3 years in order to maintain optimal performance of the watch for a long time. The power transmission gear of the movement of this watch constantly receives force. To ensure that this mechanism works properly all the time, washing parts, changing oil, adjusting accuracy, checking functions and replacing consumable parts on a regular basis are important. The first overhaul after the purchase of your watch is particularly important for preserving long-time use of your watch. According to use conditions, the oil retaining condition of your watch mechanical parts may deteriorate, abrasion of the parts due to contamination of oil may advance or delay the time significantly, or the watch itself may stop. As the parts such as gasket may deteriorate, water-resistant performance may be impaired due to intrusion of perspiration and moisture. Please contact the retailer from whom the watch was purchased for inspection and adjustment by disassembly and cleaning (overhaul). For replacement of parts, please specify "SEIKO GENUINE PARTS." When asking for inspection and adjustment by disassembly and cleaning (overhaul), make sure that the gasket and push pin are also replaced with new ones. When your watch is inspected and adjusted by disassembly and cleaning (overhauled), the movement of your watch may be replaced.

Troubleshooting

Problem	Possible cause	Solution
The watch stops operating.	The watch is not wound up sufficiently.	Turn the crown or swing the watch to wind it up. The watch will start operating. If the watch not, consult the retailer from whom the watch was purchased.
The watch gains/loses temporarily.	The watch has been left in extremely high or low temperatures for a long time.	The normal accuracy will resume when the watch returns to normal temperature.
	The watch was brought into close contact with a magnetic object.	The normal accuracy will resume when the watch is kept away from close contact with the magnetic source. If this condition persists, consult the retailer from whom the watch was purchased.
	You dropped the watch, hit it against a hard surface or wore it while playing active sports. The watch was exposed to strong vibrations.	The normal accuracy will not resume. Consult the retailer from whom the watch was purchased.
	The watch has not been overhauled for more than 3 years.	Consult the retailer from whom the watch was purchased.
The date changes at 12 o'clock noon.	AM/PM is not properly set.	Advance the hands by 12 hours.
The glass is blurred and the blur persists for a long time.	Water got inside the watch due to the deterioration of the gasket, etc.	Consult the retailer from whom the watch was purchased.

※ For the solution of troubles other than listed above, contact the retailer from whom the watch was purchased.

Accuracy of mechanical watches

- The accuracy of mechanical watches is indicated by the "daily rate."
- The accuracy of mechanical watches may not fall within the specified range of time accuracy because loss/gain changes due to the position of the watch, which is dependent on the conditions of use, such as the length of time during which the watch is worn on the wrist, arm movement, and whether the mainspring is wound up fully or not, etc.
- The loss/gain of mechanical watches is not measured by a daily rate, but by daily rates of one week or so.
- Accuracy variation according to temperature
 - The parts that compose the accuracy of mechanical watches are made of metals. It is well known that metals expand or contract depending on temperatures due to metal properties. This exerts an effect on the accuracy of the watches. Mechanical watches tend to lose time at high temperatures while they tend to gain time at low temperatures.

● **Mainspring wound condition and accuracy**

In order to improve accuracy, it is important to regularly supply energy to the balance that controls the speed of the gears. The driving force of the mainspring that powers mechanical watches varies between when fully wound and immediately before it is unwound. As the mainspring unwinds, the force weakens.

Relatively steady accuracy can be obtained by wearing the watch on the wrist frequently for the self-winding type and winding up the mainspring fully everyday at a fixed time to move it regularly for the wind-up mechanical type.

Specifications

Cal.	4R35	4R36	4R37	4R38	4R39
1.Function	3 hands(Hour, minute and second hands), date display	3 hands(Hour, minute and second hands), day,date display	3 hands(Hour, minute and second hands), 24-hour hand, date display	3 hands(Hour, minute and second hands)	3 hands(Hour, minute and second hands), 24-hour hand display
2.Vibrations per hour	21,600				
3.Loss/gain (daily rate)	+45 ~ -35seconds at normal temperature range (Between 5°C and 35°C)				
4.Duration	Approx. 41hours				
5.Driving system	Automatic winding type with manual winding mechanism				
6.Jewels	23 jewels	24 jewels			

Note: The accuracy above is factory-adjusted.

Note: Due to the characteristics of mechanical watches, any actual daily rate may not fall within the range of time accuracy specified above dependent on the conditions of use, such as the length of time during which the watch is worn on the wrist, temperature, arm movement, and whether the mainspring is wound up fully or not, etc.

全国共通フリーダイヤル 0120-612-911

お客様相談室

〒100-0005 東京都千代田区丸の内 3-1-1 国際ビル

〒550-0013 大阪市西区新町 1-4-24 大阪四ツ橋新町ビルディング

セイコーウオッチ株式会社

本社 〒105-8467 東京都港区虎ノ門 2-8-10

<http://www.seiko-watch.co.jp/>